



Salute Cultura Benessere  
Formazione  
Organizzazione Eventi

## Approccio Strategico al DIAFRAMMA TORACICO valutazione, trattamento e rieducazione respiratoria

**Provider:** Olis s.a.s. n° 4025

**Docente e RS:** dr. Sabino de Bari, fisioterapista & Coach Strategico

**Calendario:** 16, 17 maggio 2026

**Orario:** primo giorno accoglienza e segreteria dalle 08,30 alle 09,00.  
Le lezioni si terranno dalle 09,00 alle 13,00 e dalle 14,00 alle 17,30

**Sede:** Centro Olis Via Monsignor Gentilin, 40 Verona cell. 3497423153

**Costi:** € 400,00 scontato a € 360,00 per le iscrizioni effettuate entro 30 giorni dalla data di inizio (fa fede la data del pagamento).

**Iscrizioni:** per iscriversi al corso è necessario inviare la modulistica firmata e la quota di acconto.

Per chi partecipa per la prima volta ai nostri corsi chiediamo copia del codice fiscale

I pagamenti vanno effettuati sul conto intestato a:

Olis s.a.s. tramite bonifico c/o Intesa San Paolo filiale Verona Piazza Madonna di Campagna

Iban IT59W0306911714100000011475 Bic BCITITMMXX specificando nella causale "**Cognome Nome corso diagramma**".

**Acconto** € 202,00 (corso 200,00 + 2,00 marca da bollo)

**Saldo** € 202,00/162,00 entro il 15 maggio 2026

Le iscrizioni chiudono ad esaurimento posti. Non sono previsti sconti in caso di assenze

**Partecipanti:** il corso verrà effettuato con un minimo di 12 partecipanti ed un massimo di 24.

E' riservato a medici, fisioterapisti, infermieri, massofisioterapisti, mcb, osteopati, logopedisti, tnpee

**Crediti ECM:** sono previsti crediti ECM per fisioterapisti, medici, infermieri, logopedisti, tnpee, massofisioterapisti iscritti agli elenchi speciali ad esaurimento

**Obiettivi formativi:** acquisire conoscenze di anatomia e di meccanica articolare, dei test che permettano di comprendere le principali problematiche legate al diaframma. Acquisire inoltre conoscenze delle principali metodiche riabilitative tradizionali, tecniche manuali e respiratorie.

L'approccio strategico al diaframma si propone di fornire un modello di trattamento per questo muscolo così importante del nostro corpo. Grazie alla terapia manuale e alle sue possibili integrazioni, alle tecniche di respirazione e agli esercizi mirati è possibile ripristinare la corretta funzionalità diaframmatica ed il suo mantenimento nel tempo

### GIORNO 1

**08,30-09,00 accoglienza e segreteria**

**09.00-10.00 Lezione magistrale**

Anatomia: scheletro e articolazioni della gabbia toracica

Fisiologia del movimento toracico nei vari distretti

Rapporti anatomici del muscolo diaframma

Innervazione del muscolo diaframma, il nervo frenico

Biomeccanica e fisiologia respiratoria

**10.00-10.30 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Osservazione della meccanica respiratoria e del torace nel suo insieme

Valutazione del torace durante le fasi respiratorie

Valutazione dei muscoli accessori della respirazione

Disfunzione in inspirazione

Disfunzione in espirazione

Test di mobilità

Valutazione centro frenico

**10.30-11.00 Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti**

Osservazione della meccanica respiratoria e del torace nel suo insieme

Valutazione del torace durante le fasi respiratorie

Valutazione dei muscoli accessori della respirazione

Disfunzione in inspirazione

Disfunzione in espirazione

Test di mobilità

Valutazione centro frenico

**11.00-11.15 Pausa caffè**

**11.15-11.30 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Mobilizzazione del torace basso

Mobilizzazione del torace medio

Test di valutazione dei pilastri diaframmatici

**11.30-12.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Mobilizzazione del torace basso

Mobilizzazione del torace medio

Test di valutazione dei pilastri diaframmatici

**12.00-12.30 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Tecnica manuale sui muscoli intercostali

Tecnica manuale sui legamenti vertebrali

Tecnica di normalizzazione sullo sterno

Tecnica manuale sui legamenti clavicolari

Tecnica miofasciale sul piccolo pettorale

Mtp sul muscolo piccolo pettorale

**12.30-13.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Tecnica manuale sui muscoli intercostali

Tecnica manuale sui legamenti vertebrali

Tecniche di normalizzazione sullo sterno: dirette e indirette

Tecnica manuale sui legamenti clavicolari

Tecnica miofasciale sul piccolo pettorale

Mtp sul muscolo piccolo pettorale

**13.00-14.00 Pausa pranzo**

**14.00-14.30 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Tecniche di normalizzazione del diaframma

Tecnica monolaterale sul diaframma

Tecnica bilaterale sul diaframma

Tecnica sui pilastri diaframmatici

**14.30-15.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Tecniche di normalizzazione del diaframma

Tecnica monolaterale sul diaframma

Tecnica bilaterale sul diaframma

Tecnica sui pilastri diaframmatici

**15.00-15.30 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Tecniche sul centro frenico

Pompaggio diaframmatici

Stretching del diaframma

Autotrattamento con pompaggio e stretching

**15.30-16.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Tecniche sul centro frenico

Pompaggio diaframmatici

Stretching del diaframma

Autotrattamento con pompaggio e stretching

**16.00-16.15 Pausa caffè**

**16.15-17.15 Lezione magistrale**

La respirazione funzionale:

La frequenza respiratoria

Il volume respiratorio

La respirazione nasale

Effetto Verigo-Bohr e benefici della CO<sub>2</sub>

Il metodo Buteyko

**17.15-17.30 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Esercizio 1 di respirazione consapevole

**GIORNO 2**

**09.00-10.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Rieducare il paziente alla respirazione diaframmatica, esercitazione guidata

Esercizio 2 di respirazione consapevole

**10.00-11.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

La frequenza respiratoria esercizi pratici di respirazione

Il volume respiratorio esercizi pratici di respirazione

Esercizi pratici alla rieducazione del respiro nasale

**11.00-11.15 Pausa caffè**

**11.15-12.00 Dimostrazione tecnica senza esecuzione diretta da parte dei partecipanti**

Valutazione del muscolo ileopsoas Test di Thomas

Tecniche a energia muscolare sul muscolo ileopsoas

Stretching del muscolo psoas

Posizioni per la riattivazione del muscolo psoas

**12.00-13.00 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Valutazione e trattamento del muscolo psoas Test di Thomas

Tecniche a energia muscolare sul muscolo psoas

Stretching del muscolo psoas  
Posizioni per la riattivazione del muscolo psoas

**13.00-14.00 Pausa pranzo**

**14.00-14.30 Lezione magistrale**

Esercizi respiratori

La respirazione forzata

Respirazione triangolare

Respirazione quadrata

Respirazione frazionata

**14.30-15.30 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Esercizi respiratori

La respirazione forzata

La respirazione triangolare

La respirazione quadrata o La respirazione frazionata

**15.30-15.45 Pausa caffè**

**15.45-16.30 Esecuzione diretta da parte di tutti partecipanti**

Esercizi posturali per il mantenimento dei risultati ottenuti

**16.30-17.30 Test con prova pratica, Test sulla qualità percepita**

NOME COGNOME	PROFESSIONE	DISCIPLINA	ENTE DI APPARTENENZA/LIBERA PROFESSIONE	DESCRIZIONE ATTIVITA' PROFESSIONALE/FORMATIVA
Sabino De Bari	Fisioterapista	Fisioterapista	Libero professionista Ha conseguito il Master di 1° e 2° livello in Comunicazione strategica, Coaching, Problem solving e scienza della performance presso il Centro di Terapia Strategica fondato da Giorgio Nardone.	Docente e RS corso "Diaframma Toracico"

Il provider, ai sensi dall' art. 47 del DPR n.445/2000, consapevole delle conseguenze previste dall'art. 76, dichiara:

- di aver fornito all'interessato l'informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 "La formazione continua nel settore salute"- Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditazione per l'Erogazione di Eventi ECM);
- di aver informato l'interessato che il programma dell'evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall'ente accreditante;